# Contenu

# Edito

Une fin d'année!

Moment de voeux, moment de fêtes et de cadeaux.
Mais aussi le moment propice pour faire le bilan des mois écoulés. Avons-nous atteint nos objectifs ? L'année fut-elle bonne et fructueuse ?

Comme en de nombreuses situations, je ne peux répondre par un simple oui ou non a ces questions. Car j'estime que trop de critères entrent en jeu qui impérativement nuanceront les réponses.

Mais j'espère de tout coeur que vous, lecteurs et amis des Fauvettes YWCA, ressentez également a travers les activités proposées et l'énergie déployée pour développer le Centre de Rencontre et d'hébergement que nous sommes, le souci constant de valoriser la particularité YWCA.

Ce Louette-Info vous dévoile déjà un peu les projets pour 2008, prenez en note dans vos agendas.

Je vous souhaite de tout cœur au nom de toute l'équipe des Fauvettes YWCA, une bonne et heureuse année et nous espérons vivement vous rencontrer à Louette en 2008 !

Anne Verbert

*Perhaps you cannot be a Star;*
*But you need not be a cloud.*

# En mémoire de Janine Van Vliet

*Un extrait du texte présenté par Viviane Schreiber lors des funérailles qui eurent lieu le 4/10/2007*

Un pan important de la vie de Janine fut celui de son engagement au sein de l'association de l'YWCA où elle fut active en tant que volontaire mais également pendant de très longues années la Secrétaire Générale pour la Belgique. Elle a même servi pendant huit ans au sein de l'exécutif du World YWCA et fut élue pour un mandat comme Vice-présidente mondiale.

Cette dimension internationale et les échanges liés à celle-ci étaient pour Janine source d'inspiration et une force d'action aussi bien sur le terrain belge que dans les rencontres auxquelles elle a activement participé aux quatre coins du monde.

J'ai eu le privilège de travailler à ses côtés pendant sept ans. Ce furent des années de partage, de créativité, d'ouverture, de réflexion, de formation et de tolérance.

Son dynamisme et son engagement faisaient parfois peur à certaines mais son ouverture d'esprit a permis à l'association de se développer et de répondre à de nouveaux défis. L'unité du mouvement en tant qu'entité belge lui était chère, mais son réalisme a permis d'évoluer vers les entités régionales au moment où celles-ci furent nécessaires.

Elle croyait

- à la formation permanente des cadres professionnels et volontaires, mais aussi à l'innovation – c'est grâce à cela que deux sessions de formations de l'équipe belge eurent lieu à l'étranger; l'une à Genève au siège de l'association mondiale, l'autre à Athènes pour étudier les deux aspects de la migration – celui d'un pays d'accueil et celui d'un pays que les femmes quittaient
- à l'ouverture vers les autres et tissait des liens avec des responsables d'autres associations de jeunes et de femmes sur des thèmes tel que le racisme et la xénophobie.

- en un idéal spirituel, qui s'exprimait, dans le travail et au féminin comme cette phrase de Saint-Exupéry que je vais vous citer : « si tu veux unir les hommes, fais-les bâtir ensemble, tu les transformeras en frères »

- à l'écoute des autres et au dialogue, celui auquel on croit lorsque l'autre est porteur d'une vérité que l'on ne possède pas soi-même.

- à l'amitié qui soude les êtres humains par delà les frontières car, pour elle, les frontières n'avaient que l'importance que l'on veut leur donner.

MERCI, Janine

*One is never too old to feel young.*

Y of Belgium

# Action de Noël

Chers ami(e)s,

Comme action de Noël, le YWCA of Belgium a choisi de soutenir un projet du YWCA de la République Démocratique du Congo.

Dans ce pays en pleine restructuration, le YWCA de Congo-Kinshasa a un rôle important à jouer quant à la situation de la femme. Nous sommes convaincues que le soutien que nous pourrons donner à leur projet leur est d'une grande valeur.

Vous pouvez verser votre don, même si ce n'est qu'une petite somme, au compte 833-5269029-53 au nom du YWCA of Belgium vzw, Paleisstraat 39, 2018 Antwerpen, avec comme mention « Soutien Congo ».

Un grand merci au nom de l'équipe du YWCA of Belgium.

(Nous avons une petite brochure disponible sur le travail fait par le YWCA Congo-Kinshasa. Si ceci vous intéresse, envoyez-nous un petit mail à info@louette.ywca.be nous pourrons vous l'envoyer par retour d'email).



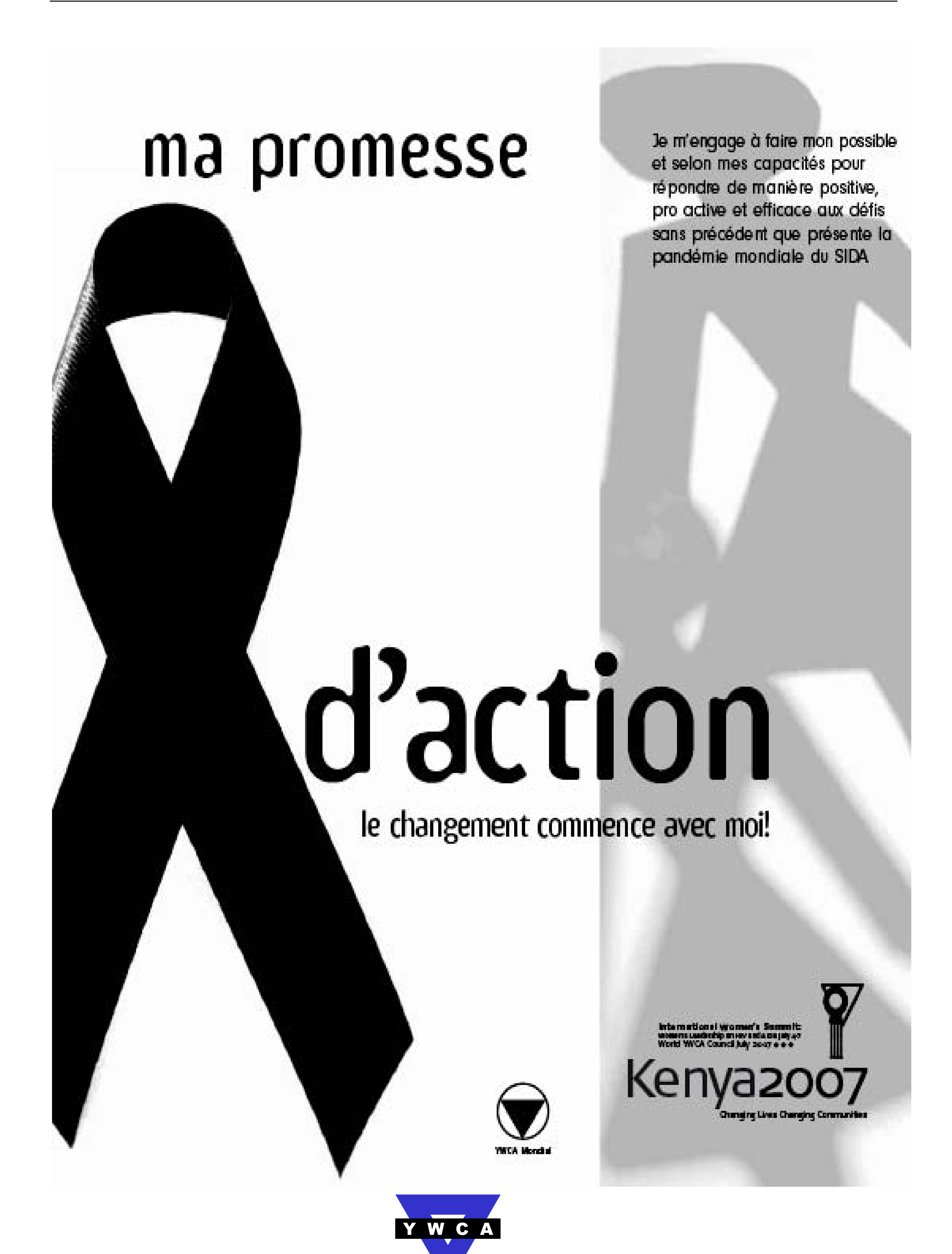

# Vivre la différence

Le 24 novembre dernier, avait lieu au Centre des « Fauvettes », une journée de sensibilisation à la problématique du SIDA.
Organisée dans la continuité du World Council au Kenya, cet événement avait pour objectifs de mieux faire connaître cette maladie, mais surtout de lever les a priori et les idées préconçues, de jeter des ponts...
Le grand public était invité à venir rencontrer des témoins privilégiés, tout en découvrant une exposition et des animations réalisées par le Centre d'Action Laïque de la Province du Luxembourg...





Parallèlement, les membres du Centre des »Fauvettes » ont eu l'occasion de visibiliser la promesse faite par chacune lors du World Council.


ma promesse
Je m'engage à faire mon possible et selon mes capacités pour répondre de manière positive, pro active et efficace aux défis sans précédent que présente la pandémie mondiale du SIDA
d'action
le changement commence avec moi!
International Women's Summit
World YWCA Council July 2007
Kenya2007
Changing Lives Changing Communities
YWCA Mondial
Y W C A

**DANS MA PROPRE VIE**

> Je mettrai continuellement au défi mes convictions, questionnerai mes principes et me confronterai aux discriminations, aux préjudices et aux stigmas qui font perdurer l'expansion du SIDA

> J'userai de raisonnements et de mots qui incluent les autres et les respectent, en cherchant à construire ce qui nous unit et non pas ce qui nous divise

> Je réaliserai des liens et contacts avec celles et ceux qui sont privés(es) de leurs droits et affectés(es) par le VIH, en interrogeant toujours les motivations de mes actions et en montrant de l'empathie

**A LA MAISON, AU TRAVAIL, ENTRE AMIS (ES)**

> Je soutiendrai les autres pour combattre les opinions, attitudes et pratiques négatives à l'égard des personnes vivant avec le VIH et le SIDA dans ma communauté

> Je renforcerai mes connaissances et celles des autres au sujet de la présence et de la portée du VIH et SIDA dans nos communautés

> Je soutiendrai les droits humains de toutes les femmes et les jeunes filles

> Je mettrai au défi toutes les formes d'inégalité des genres, d'actes de racisme et toutes autres formes d'injustices, tant sociales, économiques, politiques et légales

> Je me confronterai aux comportements individuels et aux stratégies institutionnelles qui exposent les femmes et les jeunes filles au VIH et à la violence

**DANS MON PAYS**

> Je créerai des espaces pour les femmes et les jeunes filles touchées par le VIH et le SIDA, ainsi que pour les personnes s'occupant d'elles, afin qu'elles soient entendues et que leurs voix soient prises en compte dans toute discussion portant sur la problématique du VIH et SIDA

> J'encouragerai les programmes de services travaillant dans le champ du VIH et SIDA à promouvoir de manière significative, ouverte et responsable l'égalité dans leurs actions

> J'engagerai mon temps et mes ressources dans des organisations travaillant au nom d'un avenir meilleur pour les femmes et les jeunes filles, et spécialement dans celles qui s'investissent dans la riposte au VIH et SIDA

En signant cette promesse, je m'engage personnellement à être agent du changement que je souhaite voir dans le monde, à travers ce que je pense, dis et fais.

nom date



vers l'avenir
VENDREDI 30 NOVEMBRE 2007 • N° 280
Namur
www.actu24.be

14 NR ARRONDISSEMENT DE DINANT VENDREDI 30 NOVEMBRE 2007

GEDINNE Louette-saint-Pierre

# Vivre la différence

**Gaëtan, Géraldine, Blaise et les autres ont parlé de la différence.** Paroles de vie et messages d'espoir ont été échangés avec les visiteurs.

● Pierre HIGUET

C'est pour honorer une promesse faite lors du congrès mondial qui s'est tenu au Kenya qu'une journée à thème a été programmée au centre des *Young Women's Christian Association* de Louette-Saint-Pierre. Témoignages, exposition, projections de film, jeu d'animation ont charpenté cette journée particulière. On a parlé du sida, de la séropositivité mais aussi de la discrimination. Le tout peut se résumer par le slogan : *«La différence ne rend pas différent : agissez!»* Par là, il faut comprendre que cette journée avait comme but de faire tomber bon nombre de préjugés.


**L'équipe de YWCA** a mis sur pied une journée de réflexion centrée sur le sida et la discrimination.

### Ceci vous concerne

Séropositif, Gaëtan répète inlassablement son témoignage : il veut militer contre la maladie qui empoisonne sa vie. Depuis 18 ans, le sida, il le connaît malheureusement trop bien. Aujourd'hui, il doit tenter de vivre. Témoignant de ses propres épreuves, il veut mettre l'autre en garde. *« Non, il n'y a pas que les homosexuels qui sont atteints par cette maladie. Celle-ci peut toucher tout le monde. »*

Ce message, Gaëtan sait qu'il peut être porteur de vie dans un milieu où la maladie est taboue et mal connue. *« Les jeunes ne se sentent pas concernés, pas informés. On ne veut pas en entendre parler. On a peur du VIH, on n'ose pas poser de questions. »*

À côté des témoignages, des membres d'Action laïque de la Province du Luxembourg ont tenu à jouer un rôle pédagogique et à bousculer certaines croyances. À l'aide de documents venant de la plateforme Prévention Sida et forts de leurs rencontres avec des groupes de jeunes, ils ont évoqué le sida avec les personnes qui ont poussé les portes du centre


**Des membres d'Action Laïque** ont présenté une exposition illustrant la problématique.

### Des projets pour changer les autres

Dans le domaine *«Les Fauvettes»* de Louette-Saint-Pierre, on ne compte pas en rester à la seule organisation d'une journée de réflexion. Un appel à projets va être lancé vers les jeunes.

S'adressant aux jeunes, cet appel est destiné à recueillir des idées pour aider les autres à changer. Le titre en est: *«Aide les autres à changer!»*

Cet appel s'adresse aux jeunes âgés entre 16 et 30 ans qui sont actifs ou veulent le devenir envers d'autres jeunes. Il s'adresse aux personnes ou aux groupes qui souhaitent renforcer les comportements citoyens.

Le projet doit être soumis avant le 20 octobre 2008.

Un jury analysera les propositions et décernera le prix *«Les Fauvettes 2008»* au meilleur projet.

Pour tenter de sensibiliser la population, les groupes scolaires et les mouvements de jeunes avaient été invités à pousser les portes du centre.

À l'attention de ceux qui n'ont pu le faire, les responsables de la journée ont décidé de donner encore un peu de vie à cette exposition. Prochainement, des panneaux seront accrochés dans la bibliothèque YWCA qui se trouve en plein cœur de Gedinne. ■

### Déjà une longue histoire

Propriété de l'association YWCA, le domaine *«Les Fauvettes»* est opérationnel depuis 1929.

YWCA, pour *Young Women's Christian Association*, est un organisme à dimension internationale. Réunissant plusieurs millions de membres à travers le monde, cette association a pour objectif d'aider la femme dans son développement. Cette mission se concrétise de différentes manières à travers le monde/

Aux *Fauvettes*, la coordinatrice Mme Allebroeck et la présidente Mme Verbert donnent l'impulsion nécessaire au mouvement.


**Aux Fauvettes**, on veut aller plus loin.

YWCA

# Prix « Fauvettes »

## Des projets pour aider les autres à changer…

Les membres du centre YWCA « Les Fauvettes » ne comptent pas en rester à la seule organisation d'une journée de réflexion sur le SIDA et sa perception.

Un appel à projets va être lancé vers les jeunes.
S'adressant aux jeunes, cet appel est destiné à recueillir des idées pour aider les autres à changer. Le titre en est : « *Aide les autres à changer !* ».
Cet appel s'adresse aux jeunes âgés entre 16 et 30 ans qui sont actifs envers d'autres jeunes ou veulent le devenir.

**Il s'adresse aux personnes ou aux groupes - organisés ou non - qui souhaitent renforcer les comportements citoyens, ouvrir à la différence et montrer en quoi elle peut être source de richesses…**

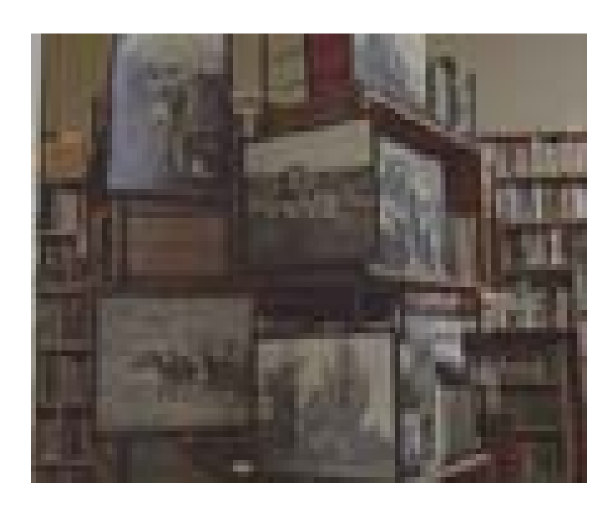
Cet appel à projets sera relayé largement auprès des jeunes de la région dans les semaines à venir, par le biais des différents médias locaux, mais aussi via les comités organisés et les écoles.

Le projet doit être soumis avant le 20 octobre 2008.
Un jury analysera les propositions et décernera le premier prix « Les Fauvettes » au meilleur projet de 2008.

Voici l'occasion de montrer que les jeunes font preuve d'une immense créativité et qu'ils peuvent se mobiliser autour de projets ouverts à l'autre et sa différence….

# La fureur de lire

## La fureur de l'aventure



Exposition à la bibliothèque YWCA de Gedinne

**GEDINNE - Les habitants ont eu rendez-vous avec une aventure prodigieuse d'un Ardennais lors de l'opération Fureur de lire.**

Alphonse Lepage, on ne le sait peut-être plus, était un Ardennais qui a connu des aventures hors du commun. Mécanicien, il a parcouru le monde et ses routes en compagnie du comte Hubert Carton de Wiard qui était attaché à l'ambassade de Pékin. Les deux ont notamment effectué Pékin-Hastière en voiture.

Forts de leur succès, les deux hommes ont traversé, pour la première fois, la Cordillère des Andes toujours sur quatre roues. Ce voyage fera date : il ouvrira le tracé de l'autoroute reliant Buenos Aires à Caracas. Celle-ci est devenue par la suite la Transaméricaine sud.
Pour leurs aventures, les deux recevront de nombreuses distinctions.

## Auteur et exposition

Pour la responsable de la bibliothèque publique de l'YWCA, Mme Allebroeck, l'opération « La Fureur de lire » placée sous le signe e la rencontre cadrait parfaitement avec l'aventure relatée par M. Balfroid à travers son livre intitulé « *Alphonse Lepage…un Ardennais célèbre et oublié* ». Outre la visite de l'auteur, une exposition traitant les aventures menées par l'Ardennais a été mise sur pied.

Textes et photos ont durant plusieurs jours été accessibles dans le local occupé par la bibliothécaire.

Affectionnant les rencontres avec les auteurs de la région, Mme Allebroeck ne rate aucune occasion pour amener des auteurs à franchir les portes de la bibliothèque qui se trouve à l'école primaire autonome de Gedinne. Dernièrement, c'est le témoignage du résistant Jean Sabeau consigné dans un livre par son neveu qui a eu droit à l'invitation.

Dans le futur, d'autres auteurs seront amenés à pousser la porte de la bibliothèque afin de présenter le fruit de leur travail.

*Article paru dans le* « Passe Partout » *et écrit par Pierre Higuet.*

# Bibliothèque

Lecture : “Coup de cœur”

*« Du Paradis à l'Enfer »*
*23 ans chez les Témoins de Jéhova*

de Michèle Bastin

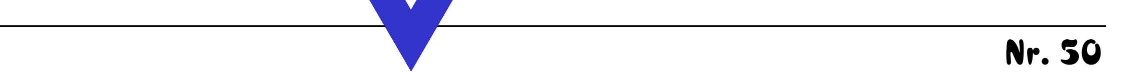
Quand ils déambulent dans nos rues, deux par deux, la mallette à la main : ils font sourire. Quand ils sonnent à nos portes pour nous apporter « la bonne parole » : ils agacent. Quand ils interdisent à leurs enfants toute participation aux fêtes enfantines de leur âge : ils sèment l'incompréhension. Quand ils refusent toute transfusion sanguine : ils fâchent.

Mais qui sont vraiment ces pionniers, ces proclamateurs, ces « Amis de la vérité », ces « Soldats de dieu », ces Témoins de Jéhova qui prétendent être les seuls à détenir la seule vérité ? ...

Ce sont les membres d'une secte religieuse qui s'attaque à tout un chacun qui serait psychologiquement fragilisé par les coups de la vie ... Ce sont des gourous, qui manipulateurs manipulés ne peuvent « ni se tromper, ni vous tromper ». Ils promettent le bonheur éternel au prix de manipulations en tous genres : intellectuelle, affective, matérielle ... Avec eux, aucun libre-arbitre possible ...

Avec Michèle Bastin, nous entrons dans ce monde étrange et cruel fait de préceptes et d'interdits.

Daisy Godart



# Bibliothèque

Lecture : "Coup de cœur"

## *« Educateur par l'extrême »*

de Jean-Christophe Cariou

Ils ont entre quinze et dix-sept ans et ils sont déjà délinquants profonds : en décrochage scolaire, drogués, voleurs, dealers, braqueurs, multirécidivistes… sont-ils irrécupérables ?…

Le centre éducatif renforcé « *Avanaa* » leur donne une dernière chance de trouver une place dans la société et de mener une vie digne.
Pendant cinq mois dont deux passés en Laponie dans des conditions extrêmes : raids avec ski de fond et chiens de traîneaux par des températures de -30 degrés, apprendre à survivre dans un milieu hostile, vivre en groupe en rupture avec les valeurs habituelles, voilà le programme proposé.

A travers le portrait de « ses » délinquants, Jean-Christophe Cariou apporte une réflexion originale, sans illusion mais non dépourvue d'amour sur le traitement de la délinquance juvénile.

Daisy Godart

# Botanique







## Le gui

Il est chez nous une plante unique, à la fois toute simple et mystérieuse, qui vient pousser sur les branches des arbres en leur prenant une partie de leur sève, en les ornant de vert même en hiver.
Le gui a toujours marqué les esprits. Depuis longtemps, on vénère et reconnaît cette plante à l'aspect bizarre qui a la curieuse habitude de fructifier lorsque toutes les autres sont au repos, et qui, en aucun moment de sa vie, ne touche le sol.

### Un peu d'histoire :

Les Grecs associaient le gui à Hermès, grand messager de l'Olympe, mais aussi dieu de la santé.

Du temps des Gaulois, les druides allaient en forêt pour couper le gui sacré, le sixième jour de l'année celtique. Ils coupaient le gui en s'exclamant : « *O Ghel an Heu* » ce qui signifie littéralement « *Que le blé germe* ». Cet expression sera modernisée au Moyen Âge dans « *Au gui l'an neuf* ». Ce gui était coupé avec une faucille d'or puis recueilli dans un drap blanc afin qu'il ne perde pas ses vertus au contact du sol.

En Bretagne, au XIXe siècle encore, les enfants allaient frapper aux portes des maisons bourgeoises en criant le « *blé germe* » et ils recevaient des étrennes.

Les druides considéraient cette plante comme sacrée en raison des vertus médicinales, ou même miraculeuses, qu'ils lui attribuaient; le gui chassait les mauvais esprits, purifiait les âmes, guérissait les corps, neutralisait les poisons, assurait la fécondité des troupeaux, permettait même de voir les fantômes et de les faire parler. Le gui cueilli sur le chêne – chose rare – était particulièrement recherché car cet arbre symbolisait la force et la puissance.

Selon une légende scandinave, le dieu soleil, Baldut, avait été tué par une flèche fabriquée avec une tige de gui par le démon Loki. Sa mère, Preyla, implora les autres dieux pour son retour à la vie, et celui-ci devint le symbole de l'amour et du pardon.
Autrefois, chez nous on accordait aussi au gui la faculté de préserver des démons.

## Biologie du gui :

Le gui est un sous-arbrisseau aux rameaux verts et glabres, ronds et cassants. Les feuilles, légèrement charnues, sont entières, opposées par deux ou par trois à l'extrémité des rameaux. Elles persistent durant une année et demi sur la plante, du mois d'avril au mois d'août l'année suivante.

Le gui est une plante hémiparasite, c'est-à-dire qu'il n'est pas totalement dépendant de son hôte. Il utilise les ressources de la plante hôte en lui soutirant eau et sels minéraux, il est très riche en chlorophylle.

Plus d'une centaine d'espèces d'arbres sont susceptibles d'être parasitées. Parmi les feuillus, les arbres les plus fréquemment atteints sont les pommiers, les peupliers (surtout le peuplier noir) et les trembles, les aubépines, les saules, les robiniers et les tilleuls. On le trouve également souvent sur les poiriers, les noisetiers et les cerisiers, et plus rarement sur les noyers, et les frênes. On ne le trouve jamais sur les hêtres et les platanes. Sa présence sur les ormes et les chênes est très rare, d'où l'importance que les druides accordaient au gui récolté sur les chênes. Des formes particulières parasitent aussi les sapins et les pins, et occasionnellement les épicéas. Le gui peut aussi, accidentellement parasiter une autre touffe de gui.

Sa dispersion est essentiellement assurée par certains oiseaux dont la grive draine qui raffolent des fruits du gui et rejettent les graines non digérées dans leurs fientes, parfois à plusieurs kilomètres compte tenu du temps de la digestion. Notons que les mésanges et les fauvettes qui décortiquent les baies sur place assurent une dissémination beaucoup plus limitée. De la graine collée à l'arbre, de la pulpe du fruit ou sur tout autre substrat émerge alors une ou deux excroissances vertes - rarement trois -, correspondant chacune à un embryon.

Les fleurs unisexuées sont portées par des pieds femelles et des pieds mâles séparés. La floraison s'échelonne de mars à mai et seules les fleurs femelles fécondées donneront naissance aux baies blanches contenant l'embryon et une substance visqueuse appelée la viscine.



On distingue trois sous-espèces du gui :
*Viscum album mali*, le gui blanc d'Europe, le plus commun, parasitant les feuillus,
*Viscum album abietis*, le gui du sapin,
*Viscum album pini*, le gui du pin.

En Belgique, seule la variété poussant sur les feuillus se encontre couramment, les deux autres ont besoin d'altitude.

## Propriétés et utilisations :

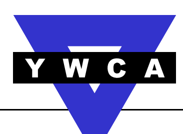
Le gui renferme des substances toxiques (des glucosides) qui peuvent provoquer en cas d'ingestion des fruits des troubles digestifs, et même des troubles cardiaques si le nombre de baies ingérées dépasse la dizaine.
Le gui est également utilisé comme plante médicinale :
Partie utilisée : feuilles et branchettes
Propriétés : hypotenseur, vasodilatateur, antiépileptique, diurétique ;
Mode d'emploi : infusion, teinture, sirop, extrait de fluide.
Le gui était autrefois prescrit contre l'épilepsie, les désordres nerveux, pour la régulation des activités glandulaires, du rythme cardiaque et de la digestion. La décoction des branchettes donne de bons résultats sur les engelures, mais peut être cause d'intolérance.
La viscine, substance extraite du gui, peut à forte dose ralentir dangereusement le rythme cardiaque, causer des convulsions, accroître la pression artérielle et même provoquer un avortement, alors qu'en faible dose, elle a des effets bénéfiques sur les personnes souffrant d'hypertension et de maladies cardiaques.
Le gui permet aussi de lutter contre l'artériosclérose.
Les jeunes-pousses feuilles de printemps sont utilisées en gemmothérapie
Des extraits de gui ont été utilisés comme traitement adjuvants de certains cancers traités par chimiothérapie.
Le gui est également utilisé dans la thérapie destinée à lutter contre la déclaration du SIDA dans l'organisme.
Ces vertus sont plus ou moins fortes en fonction de l'espèce de feuillus sur laquelle le gui est récolté.



Le feuillage du gui a parfois été utilisé comme fourrage pour compléter l'alimentation des bestiaux à la mauvaise saison. Il était réputé favoriser la lactation des vaches et des chèvres.
Les fruits du gui, une fois macéré, fermenté et cuits, donnent une colle fine et très adhésive qui servait de glu (*glu des oiseleurs*).
Les touffes de gui avec leurs fruits se conservent très bien pendant des semaines voire des mois en guise d'ornement par exemple. Il suffit de tremper les extrémités des tiges coupées dans de l'eau et de changer celle-ci de temps en temps. Rapidement l'eau se teinte de brun pâle, mais curieusement, même la putréfaction de cette eau, du moins dans ces premiers stades, n'affecte pas la santé du gui.
Un Coléoptère Buprestide vit exclusivement dans le bois du gui : *Agrilus viscivorus* (Bily). Cette espèce est menacée par la coupe des vieux vergers.

Christèle Allebroeck

Sources :
Encyclopédie Wikipédia
**Forêt Wallonne, bimestriel n°41**



# Bon appétit!

## CROQ NATURE

A vos paniers, à vos fourneaux la nature vous gâte !
Nous vous proposons de la croquer en suivant les saisons.
En hiver, très peu de choses dans notre frigo naturel ! Nous aurons beaucoup plus de choix dans quelques semaines. Alors en attendant il y a la racine de BARDANE (Arctium lappa). Mais oui cette plante aux larges feuilles vert foncé, blanchâtres et cotonneuses en dessous. Les fruits s'accrochent aux vêtements et poils d'animaux. On la rencontre sur les bords des chemins, dans les décombres dans tous les sols partout en Europe.
On récolte les racines d'octobre à février – et voici la recette :

## Racines de Bardane frites

Pour 4 personnes: 500 gr de racines
50 cl huile d'olive
Sel

Laver soigneusement les racines, les couper en rondelles.
Laisser frire 5 minutes dans l'huile en les séparant.
Sortir les rondelles, laisser égoutter 2 minutes et puis replonger dans l'huile 2 minutes.
Egoutter et servir aussitôt après les avoir salées.

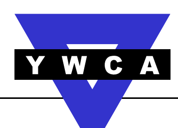
*Bon appétit!*

En **herboristerie**, les racines sont excellentes pour les affections cutanées.
Faire bouillir 60 gr de racines en morceaux dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes.
Filtrer et boire 3 à 5 petites tasses par jour.
En lotion : faire bouillir 200 gr de racines fraîches dans 1 litre d'eau pendant 10 minutes.
Nettoyer la peau avec cette lotion (acné- furoncles- impétigo- et rougeurs)



Et sachez encore que c'est en observant la façon dont les boules de bardanes s'agrippent aux vêtements que la fermeture VELCRO a été inventée par Georges de Mestral.

A la prochaine
Martine Itterbeek



# Formations

## 15 & 16 mars '08

### Centre YWCA de Louette-St-Pierre

Venez parfaire vos connaissances
dans les domaines suivants:

*Nature: la rivière*

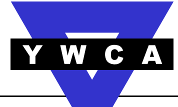
*Bosse et bobos*

*Secourisme - réanimation*

*Sécurité incendie*

Plusieurs modules à combiner selon vos souhaits.

Attestation délivrée à chaque participant.



# Calendrier 2008

2008: année du DIALOGUE INTERCULTUREL

**15 et 16 mars 2008**
Formations

**16 mars 2008**
Assemblée générale - YWCA Louette Saint-Pierre

**26 ou 27 avril 2008**
Jeux inter-villages

**26 avril 2008**
Y-Days

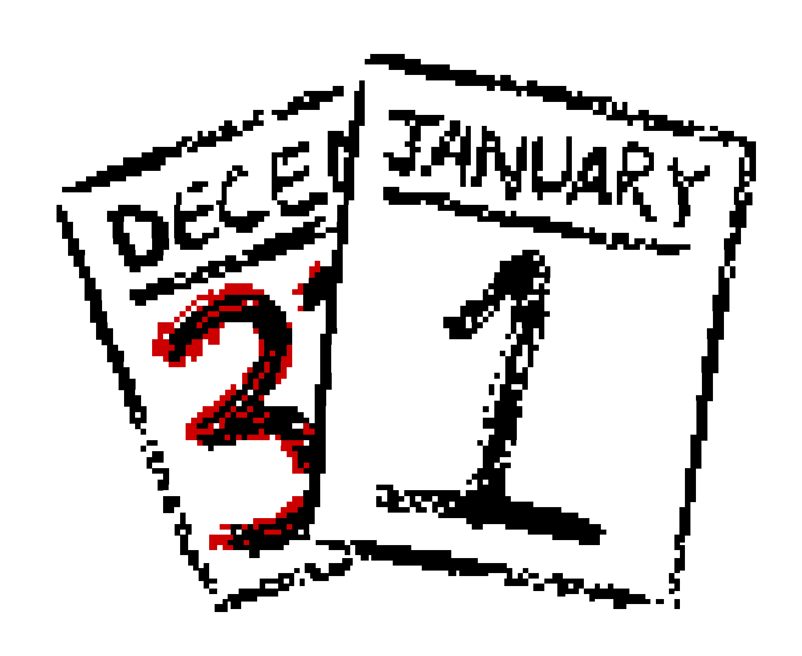
**7 et 8 juin 2008**
Travaux au Centre « Les Fauvettes » à Louette

**Décembre 2008**
Proclamation du premier Prix des Fauvettes

*SMILE! Later today you won't feel like it.*



# Calendrier




Les <u>calendriers traditionnels YWCA</u> 2008 sont arrivés!
Contactez-nous pour réserver votre exemplaire.

Super pratique avec leurs grandes cases et pour le reste très sobres.

Ils sont en vente au profit du YWCA au Centre chez Christèle au prix de **€** 6,50.

(envoi par la Poste également possible)

# Colophon

Centre YWCA de Louette St.-Pierre
5575 Louette St.-Pierre
http://louette.ywca.be

Pour info et réservations : Voor info en reservaties :

Tel: (061) 58 81 50
Fax: (061) 41 40 24
e-mail: info@louette.ywca.be

Compte : Rekening :
BBL: 310-0584197-52

Editrice responsable : Verantwoordelijke uitgever :
Anne Verbert, Provinciesteenweg 217, 2530 Boechout

Rédaction: Redactie:
Anne Verbert
Christèle Allebroeck
Membres du YWCA

Ce magazine est réservé aux membres et amis du Centre YWCA de Louette St.-Pierre.

Dit magazine is voorbehouden voor de leden en sympathisanten van het YWCA-Centrum van Louette St.-Pierre.